



Mitteilung für den Arbeitgeber (§ 5 Abs. 1 AWbG)

Name _____ Vorname _____

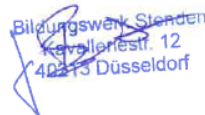
Straße Nr. _____ PLZ _____ Ort _____

Ich beantrage Bildungsurlaub, da ich beabsichtige, an folgender Bildungsveranstaltung des Bildungswerk Stenden teilzunehmen:

Mit mir im Einklang - Yoga und Persönlichkeitsentwicklung für den Berufsalltag		
Seminar-Nr.: 274901		
Ort:	40213 Düsseldorf	
Beginn/Ende:	08.03.2027	12.03.2027
Unterrichtsstunden:	35 Unterrichtsstunden gesamt	
Seminarleitung:	Petra Fleuth	
Zielgruppe:	Interessierte ab 18 Jahren	
Unterrichtsinhalte:	• Persönlichkeitsentwicklung: Selbstreflexion, Selbstwahrnehmung, Ressourcen, Grenzen, Bedürfnisse und Selbstwirksamkeit • Yoga und Körperarbeit: Asanas, Atemübungen, Meditation und Entspannung zur Förderung von Körperbewusstsein, Stressregulation und innerer Balance	
Unterrichtsziele:	• Die Teilnehmenden erweitern ihre Fähigkeit, eigene Ressourcen, Bedürfnisse und Belastungsgrenzen wahrzunehmen und daraus bewusstes Handeln für den Berufsalltag abzuleiten. • Die Teilnehmenden erlernen und erproben körper- und achtsamkeitsorientierte Methoden, mit denen sie Stress regulieren, ihre Selbstwirksamkeit stärken und ihre berufliche Handlungsfähigkeit erhalten können.	

Diese Mitteilung ergeht unter dem Vorbehalt, dass die Mindest-Teilnahmezahl erreicht wird und die Veranstaltung durchgeführt werden kann.

Die Bildungsveranstaltung ist nach § 9 AWbG anerkannt.



Datum

Stempel und Unterschrift der Bildungseinrichtung

Anerkennung als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung nach §10 AWbG beim zuständigen
Ministerium unter Aktenzeichen 48.06.01.13.04.

Datum

Unterschrift der/des Beschäftigten

